Лечит мята невралгию,
А свекла — гипертонию,
Земляника гонит соль,
А шалфей — зубную боль,
Арбуз кушай при нефрите,
А бруснику — при артрите,
Чтобы было больше сил,
Не забудь про девясил.
Клюква вылечит цистит,
Редька — кашель и бронхит,
Головную боль — калина,
А простуду — чай с малиной.
Печень подлечи рябиной,
Сердце — мятой и калиной,

Чтоб не ведать диабета,
Топинамбур ешь все лето.
Астму вылечи иссопом,
Мочевой пузырь — укропом.
Раны, язвы, геморрой
Подорожником промой.
Коль отеки у тебя —
Хвощ попей и семя льна,
Мажь мозоли чистотелом,
А веснушки — тертым хреном.
Зверобой не забывай
Чай с ним чаще потребляй,
Пей шиповника настой.
Будешь бодрый, молодой!